



府中市地域包括支援センター あさひ苑

参加費  
無料

概ね  
65歳以上  
対象

# 9月 介護予防講座

No	講座名	会場	日時	定員
1	<b>【写し書き講座】</b> 百人一首のなぞり書きをします (No4~6) <small>※筆ペン・文鎮をお持ちの方は ご持参ください。</small>	紅葉丘文化センター 3階 会議室	・ 9/4(木) 10:00~11:00	30名 程度
2	<b>【たのしく歌って脳活!!】</b> 講師：森井 二三代 氏 (音楽療法士)	紅葉丘文化センター 2階 講堂	・ 9/22(月) 10:00~11:00	30名 程度

(対象) : おおむね65歳以上の府中市民

(講座時間) : 60分程度

(申込期間) : 8/1~8/15

※申込期間を過ぎた場合はご相談ください。

(申込み方法) : お電話でお申込みください。

府中市地域包括支援センターあさひ苑 〒183-0003 府中市朝日町3-17-1

(問合せ・申込み電話番号) **042-369-0080**

(平日 10:00~16:00)

(担当者) 細川・中尾

☆ 会場へのお問い合わせはご遠慮ください ☆

## 【地域交流ひろば】

60分  
程度

- ・元気アップ体操
- ・元気一番!ふちゅう体操ほか

(参加費無料)

**随時 募集中!!**  
お申込みはお電話で  
あさひ苑まで

(月) 多磨町公会堂 ・ 9:30~ ・ 13:30~

(火) 朝日町公会堂 ・ 9:30~ ・ 13:30~

(木) 紅葉丘文化センター ・ 10:00~ ・ 13:30~

(金) 府中若松苑 ・ 9:30~ ・ 13:30~

【お申込みの皆様へ】

★講座のお申込み多数の場合は公開抽選となります。

外れた方のみおおむね実施日1週間前までに連絡いたします。

(※新規のお申込みの方を優先させていただきます。)

★マスクの着用、手指消毒は自己責任においてご判断ください。

★水分補給のための飲み物をご持参いただき、動きやすい服装、靴でお越しください。

★事故等は全て自己責任となっておりますのでご了承ください。

★お申込みのキャンセル、当日お休みされる場合はご連絡ください。

【多磨町公会堂】



【朝日町公会堂】



【紅葉丘文化センター】



【府中若松苑】



※会場へのお問い合わせはご遠慮いたします。